вкусно и просто

фруктовые салаты

LITRU.RU

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Одним из самых любимых лакомств большинства людей являются фрукты и фруктовые салаты. Для их приготовления не требуется много времени и затрат, так как вкусный десерт можно приготовить не только из дорогих экзотических, но и местных фруктов, достаточно лишь проявить немного фантазии. В книге собраны самые интересные рецепты фруктовых салатов, которые придутся по душе детям и не оставят равнодушными взрослых.

- Юлия Владимировна Маскаева
  - Введение
    -
  - 1. Салаты на каждый день
    - Салат из кураги с мороженым
      -
    - Салат сливовый с мороженым
      -
    - Салат из черешни и винограда с творогом
      -
    - Салат фруктовый с ванильным йогуртом
      -
    - Салат фруктовый со сгущенным молоком
      -
    - Салат фруктовый со сметаной
      -
    - Салат фруктовый с кедровыми орехами
      -
    - Салат абрикосовый с творогом и изюмом
      -
    - Салат ежевично-персиковый с орехами
      -
    - Салат ягодно-фруктовый с черничным йогуртом
      -
    - Салат банановый с курагой
      -
    - Салат фруктовый с изюмом
      -
    - Салат творожный с ягодами
      -
    - Салат ананасовый
      -
    - Салат из вишни с мороженым

- Салат фруктовый с орехами
- Салат грушевый с творогом
- Салат из винограда и персиков
- Салат из киви с курагой
- Салат из груши и малины
- Салат земляничный с творогом
- Салат из дыни и арбузов
- Салат из мандаринов и груш
- Салат из южных фруктов с йогуртом
- Салат из винограда и киви
- Салат из кураги с мандаринами
- Салат из ананасов с виноградом
- Салат грушевый с малиной и ежевикой
- Салат из консервированных фруктов
- Салат из груш и винограда с ванильным кремом
- Салат клубничный с кокосовыми и шоколадными стружками
- Салат из персиков, дыни и черешни
- Салат из фруктов с брусничным сиропом
- Салат фруктовый с малиновым сиропом
- Салат фруктовый с миндальным соусом
- Салат из дыни и яблок с цитрусовым соусом

- Салат из винограда, ананаса и груш со сгущенным молоком
- Салат яблочно-грушевый с коричным соусом
- Салат ананасовый со сливами и мандаринами
- Салат бананово-цитрусовый с винным соусом
- Салат фруктовый с клубничным соусом
- Салат из ананасов, абрикосов и чернослива
- Салат фруктовый с клюквенным соусом
- Салат из бананов, ананасов и папайи
- Салат из арбуза, киви и апельсинов
- Салат фруктовый с шоколадным кремом
- Салат фруктовый с апельсиновым соусом
- Салат фруктовый с клубничным соусом
- Салат из манго и хурмы с цитрусовым соусом
- Салат с абрикосовым соусом
- Салат фруктовый с мятным соусом
- Салат фруктовый с ягодным сиропом

○ 2. Праздничные салаты
- Салат фруктовый «Радуга»
- Салат «Цитрусовый»
- Салат «Русская зима»
- Салат «Цитрусовый сад»
- Салат «Оранжевое лето»

- Салат «Африка»
- Салат «Фруктовое ассорти»
- Салат фруктовый «Амаретто»
- Салат «Сластена»
- Салат «Фруктовый нектар»
- Салат «Золотая осень»
- Салат «Фантазия»
- Салат «Лимпопо»
- Салат «Фламинго»
- Салат «Жар-птица»
- Салат «Пчелка»
- Салат «Аленький цветочек»
- Салат «Оазис»
- Салат «Антарктида»
- Салат «Орхидея»
- Салат «Колибри»
- Салат «Хвост павлина»
- Салат «Летний вечер»
- Салат «Фруктовый праздник»
- Салат «Северная сказка»
- Салат «Солнышко»
- Салат «Белые ночи»

- Салат «Северное сияние»
- Салат «Тропиканка»
- Салат «Лазурный берег»
- Салат «Сиреневый туман»
- Салат «Царский»
- Салат «Восточная сказка»
- Салат «Сюрприз»
- Салат «Тутти-фрутти»
- Салат «Марокко»
- Салат «Амазонка»
- Салат «Карнавал»

Юлия Владимировна Маскаева
Фруктовые салаты

Введение

Фруктовые салаты являются излюбленным лакомством не только детей, но и многих взрослых. В последнее время они все чаще появляются на столах не только в праздничные дни, но и в будни, так как проблем с приобретением фруктов сегодня не существует. Однако популярность фруктовых салатов заключается не только в доступности большинства продуктов. Самое главное, что они обладают приятным вкусом, ароматом, нежной консистенцией и всегда красиво и аппетитно выглядят. К тому же фруктовые салаты не только вкусны, но и полезны, так как в них сохраняются все витамины и полезные вещества.

Для приготовления салатов используют свежие фрукты и ягоды, так как яблоки, апельсины, мандарины, киви, клубнику, чернику и другие, а также консервированные и сушеные. Последние перед использованием варят или замачивают в горячей воде до тех пор, пока они не станут мягкими. Свежие фрукты предварительно перебирают, моют, очищают от жесткой кожицы, плодоножек, семян и косточек. Сильно загрязненные плоды промывают дважды, стараясь делать это аккуратно, чтобы не помять. Промытые фрукты кладут в сито и дают стечь воде. Некоторые фрукты (яблоки, груши, авокадо) при нарезке быстро окисляются и темнеют. Чтобы этого не произошло, их можно сбрызнуть соком лимона. Некоторые южные фрукты (папайя, маракуйя, манго) рекомендуется поливать соком лайма, который прекрасно оттеняет их вкус и придает приятный аромат.

Кроме фруктов, для салатов применяют такие продукты, как сливки, сметана, молоко, мороженое, яйца, сахар, шоколад, какао, желиру-ющие и ароматические вещества и др. Чаще всего их используют для приготовления соусов и заправок для салатов. Для этой же цели применяют фруктовые соки и сиропы, которые иногда смешивают с вином и другими спиртными напитками.

Перед подачей к столу большинство салатов охлаждают, чтобы они успели пропитаться соусом, который оттеняет вкус фруктов.

В данной книге собраны рецепты фруктовых салатов, которые придутся по душе не только взрослым, но и детям. Кроме сладких, здесь также имеются рецепты острых салатов, для приготовления которых используются не только фрукты, но и овощи.

1. Салаты на каждый день

Салат из кураги с мороженым

Ингредиенты: курага – 200 г, орехи кедровые – 100 г, изюм – 100 г, мороженое – 100 г, мандарин – 1 шт., сметана – 4 ст. ложки.

Способ приготовления

Курагу заливают кипятком и оставляют на 20 минут, после чего мелко режут. Ядра орехов смешивают с курагой и изюмом. В массу кладут сметану и мороженое.

Готовый салат выкладывают в салатник и украшают дольками мандарина.

Салат сливовый с мороженым

Ингредиенты: мороженое – 300 г, сливы – 300 г, сливки – 6 ст. ложек, пудра сахарная – 4 ст. ложки, орехи грецкие – 3 ст. ложки, шоколад тертый – 1 ст. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Сливы моют и удаляют косточки. Ядра грецких орехов обжаривают на сухой сковороде до золистого цвета, затем измельчают. Сливки, сахарную пудру и ванилин взбивают миксером до получения однородной массы, затем добавляют мороженое. Этой смесью заливают сливы, добавляют орехи, перемешивают и ставят в холодильник на 20–30 минут.

Готовый салат посыпают тертым шоколадом и подают к столу.

Салат из черешни и винограда с творогом

Ингредиенты: черешни – 200 г, виноград без косточек – 100 г, творог – 100 г, сливки – 50 г, пудра сахарная – 4 ст. ложки.

Способ приготовления

Черешни и виноград моют и разрезают каждую ягоду на 2 части (оставляют по несколько ягод для украшения).

Творог смешивают с взбитыми сливками и сахарной пудрой, добавляют черешни и виноград, перемешивают и ставят в холодильник на 20–30 минут.

Охлажденный салат кладут в вазочку и украшают целыми ягодами черешни и винограда.

Салат фруктовый с ванильным йогуртом

Ингредиенты: абрикосы – 6–7 шт., киви – 2 шт., яблоко – 1 шт., груша – 1 шт., апельсин – 1 шт., йогурт ванильный – 100 г., сок лимонный – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Яблоко и грушу моют, удаляют сердцевину, нарезают тонкими ломтиками и сбрызгивают лимонным соком.

Киви и апельсин очищают и нарезают дольками. Абрикосы разделяют на половинки, удаляют косточки. Все компоненты соединяют, заливают йогуртом, перемешивают и ставят в холодильник на 15–20 минут.

Готовый салат выкладывают в салатник и подают к столу.

Салат фруктовый со сгущенным молоком

Ингредиенты: мандарины – 4 шт., киви – 4 шт., ананас – 4 ломтика, апельсины – 3 шт., пудра сахарная – 1 ст. ложка, шоколад тертый – 1 ст. ложка, виноград без косточек – 100 г, молоко сгущенное – 70 г, йогурт сливочный – 70 г.

Способ приготовления

Фрукты очищают, нарезают небольшими ломтиками.

Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, смешивают с фруктами и посыпают сахарной пудрой.

Йогурт смешивают со сгущенным молоком и заправляют фруктовую массу.

Салат посыпают тертым шоколадом, ставят в холодильник на 20–30 минут, затем подают к столу.

Салат фруктовый со сметаной

Ингредиенты: ананас – 100 г, виноград зеленый – 100 г, черешни – 70 г, сметана – 70 г, орехи грецкие – 50 г, персики – 2 шт., апельсины – 2 шт., сахар – 2 ст. ложки, цедра апельсиновая – 1 ст. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Ананас и апельсины очищают, нарезают ломтиками. Черешни и виноград перебирают, моют, удаляют косточки. Персики разрезают на 2 части, удаляют косточки, затем нарезают ломтиками. Фрукты смешивают и заправляют соусом, приготовленным из сметаны, сахара, ванилина и апельсиновой цедры.

Готовый салат посыпают измельченными орехами и подают к столу.

Салат фруктовый с кедровыми орехами

Ингредиенты: груши – 3 шт., персики – 3 шт., яблоки – 2 шт., апельсин – 1 шт., сметана – 3 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, орехи кедровые очищенные – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Груши и яблоки моют, удаляют сердцевину и нарезают ломтиками. Персики моют, снимают кожицу, удаляют косточки и нарезают кусочками. Апельсин очищают, разделают на дольки.

Фрукты смешивают и заливают сметаной, смешанной с сахаром.

Готовый салат посыпают кедровыми орешками, ставят в прохладное место на 10–15 минут и подают к столу.

Салат абрикосовый с творогом и изюмом

Ингредиенты: абрикосы – 200 г, творог – 200 г, изюм – 50 г, сливки – 4 ст. ложки, орехи грецкие измельченные – 1 ст. ложка, сахар и ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Изюм моют, заливают горячей водой и оставляют на 30 минут.

Абрикосы моют, разделяют на 2 половинки, косточки удаляют. Творог растирают со сливками и сахаром до получения однородной массы. Изюм, абрикосы и творожную массу смешивают и ставят в холодильник на 15–20 минут.

Готовый салат посыпают грецкими орехами и подают к столу.

Салат ежевично-персиковый с орехами

Ингредиенты: ежевика – 200 г, сливки – 80 мл, персик – 1 шт., сахар – 1 ст. ложка, орехи грецкие измельченные – 1 ст. ложка, сироп ежевичный – 1 ст. ложка, листья мелиссы – 2–3 шт., ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Персики очищают от кожицы, удаляют косточки, нарезают ломтиками и аккуратно смешивают с ежевикой и орехами. Сливки взбивают с сахаром и ванилином в крепкую пену и заправляют фруктовую массу. Готовый салат поливают ежевичным сиропом, украшают ягодами ежевики и листьями мелиссы.

Салат ягодно-фруктовый с черничным йогуртом

Ингредиенты: йогурт черничный – 100 г, виноград без косточек – 100 г, черешня – 70 г, черника – 50 г, яблоки – 2 шт., груша – 1 шт., пудра сахарная – 1 ст. ложка, сок лимонный – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части. Черешню перебирают, моют, удаляют косточки. Фрукты моют, удаляют сердцевину, нарезают ломтиками и сбрызгивают лимонным соком. Все ингредиенты смешивают, посыпают сахарной пудрой и заправляют йогуртом.

Готовый салат украшают ягодами черники, ставят в холодильник на 10–15 минут и подают к столу.

Салат банановый с курагой

Ингредиенты: бананы – 3 шт., курага – 100 г, сметана – 100 г, сахар ванильный – 2 ст. ложки, посыпка карамельная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Курагу заливают горячей водой, оставляют на 30–40 минут для набухания, затем откидывают на дуршлаг, дают стечь воде и мелко нарезают. Бананы очищают, нарезают кружками и смешивают с курагой. Сметану взбивают с сахаром и заправляют фруктовую массу.

Готовый салат украшают карамельной посыпкой.

Салат фруктовый с изюмом

Ингредиенты: яблоки – 2 шт., груши – 2 шт., йогурт – 100 г, ежевика – 70 г, изюм – 50 г, сироп ежевичный – 1 ст. ложка, орехи грецкие измельченные – 1 ст. ложка, сок лимонный – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Яблоки и груши моют, удаляют сердцевину, нарезают ломтиками и сбрызгивают лимонным соком.

Изюм заливают горячей водой, оставляют на 30–40 минут для набухания, откидывают на дуршлаг и дают стечь воде. Продукты смешивают, добавляют ежевику и заправляют йогуртом.

Готовый салат поливают ежевичным сиропом и посыпают грецкими орехами.

Салат творожный с ягодами

Ингредиенты: малина – 300 г, смородина красная – 100 г, виноград без косточек – 100 г, творог – 200 г, сливки – 2 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Виноград моют и разрезают каждую ягоду на 2 части (несколько ягод оставляют для украшения). Малину и смородину перебирают, моют, несколько ягод оставляют для украшения. Творог смешивают со взбитыми сливками и сахарной пудрой, добавляют малину, смородину и виноград, осторожно перемешивают и ставят в холодильник на 20–30 минут.

Готовый салат раскладывают по креманкам, украшают целыми ягодами малины, смородины и винограда и подают к столу.

Салат ананасовый

Ингредиенты: ананасы консервированные – 1 банка, банан – 1 шт., стружка кокосовая – 3 ст. ложки, йогурт – 3 ст. ложки, нектар банановый – 70 мл, цедра апельсиновая – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Ананасы нарезают кубиками, добавляют кокосовую стружку и тертую цедру апельсина. Банановый нектар смешивают с йогуртом, заливают ананасы и ставят в холодильник на 20 минут.

Банан очищают и нарезают ломтиками. Готовый салат украшают ломтиками банана и подают к столу.

Салат из вишни с мороженым

Ингредиенты: вишня – 200 г, мороженое – 200 г, орехи грецкие – 70 г, пудра сахарная – 3 ст. ложки, сливки – 6 ст. ложек, йогурт – 4 ст. ложки, шоколад тертый – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Вишни моют и удаляют косточки. Сливки, йогурт и сахарную пудру взбивают миксером до получения однородной массы и аккуратно смешивают с мороженым. Вишни смешивают с полученной смесью, добавляют измельченные орехи и ставят в холодильник на 30–40 минут. Готовый салат посыпают тертым шоколадом.

Салат фруктовый с орехами

Ингредиенты: слива – 4 шт., абрикосы – 4 шт., груши – 3 шт., киви – 2 шт., мороженое – 100 г, орехи грецкие – 50 г, орехи кедровые – 50 г, пудра сахарная – 1 ст. ложка, шоколад тертый – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Сливы и абрикосы моют, разрезают на 2 части, удаляют косточки. Груши моют, удаляют сердцевину и нарезают ломтиками. Киви очищают и нарезают небольшими кусочками. Фрукты смешивают, добавляют кедровые орехи и посыпают сахарной пудрой. Мороженое взбивают с грецкими орехами. Полученным соусом заливают фрукты и ставят их в холодильник на 30 минут. Готовый салат посыпают тертым шоколадом.

Салат грушевый с творогом

Ингредиенты: груши – 3 шт., персик – 1 шт., творог – 200 г, изюм – 50 г, сливки – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, посыпка карамельная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Изюм моют, заливают горячей водой, оставляют на 30–40 минут, затем откидывают на дуршлаг и дают стечь воде. Персик моют, удаляют косточку и мелко нарезают. Груши моют, удаляют сердцевину и нарезают ломтиками. Творог растирают с сахаром и сливками, смешивают с фруктами и ставят в холодильник на 10–15 минут. Готовый салат украшают карамельной посыпкой.

Салат из винограда и персиков

Ингредиенты: виноград – 200 г, сметана – 80 г, персики – 3 шт., орехи грецкие измельченные – 4 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки.

Способ приготовления

Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, косточки удаляют. Персики очищают от кожицы, косточки вынимают и мелко нарезают. Сметану взбивают с сахаром и смешивают с фруктами.

Готовый салат посыпают измельченными грецкими орехами.

Салат из киви с курагой

Ингредиенты: киви – 4 шт., курага – 100 г, ядра грецких орехов – 50 г, сметана – 70 г, пудра сахарная и корица по вкусу.

Способ приготовления

Курагу заливают горячей водой, оставляют на 30–40 минут для набухания, затем мелко нарезают. Киви очищают и нарезают ломтиками. Сметану взбивают с сахарной пудрой и корицей и заливают фрукты.

Добавляют орехи, аккуратно перемешивают и подают к столу.

Салат из груши и малины

Ингредиенты: груши – 3 шт., малина – 100 г, ядра грецких орехов – 70 г, сметана – 100 г, сироп малиновый – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, шоколад тертый – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Груши моют, удаляют сердцевину, нарезают ломтиками и смешивают с малиной и грецкими орехами. Сметану взбивают с сахаром и поливают фруктовую массу.

Готовый салат поливают малиновым сиропом и посыпают тертым шоколадом.

Салат земляничный с творогом

Ингредиенты: земляника – 200 г, изюм без косточек – 100 г, творог – 200 г, сливки – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, ликер земляничный или клубничный – 1 ст. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Изюм моют, заливают горячей водой и оставляют для набухания на 20–30 минут. Сливки взбивают с сахаром и ванилином, добавляют творог, ликер и взбивают до получения пышной массы. Затем творожную массу аккуратно смешивают с земляникой и ставят в холодильник на 10 минут.

Салат из дыни и арбузов

Ингредиенты: дыня – 200 г, арбуз – 100 г, нектар абрикосовый – 70 мл, абрикосы – 2 шт., мед – 2 ст. ложки, вино сухое – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Абрикосы моют, удаляют косточки и нарезают тонкими ломтиками. Мякоть дыни и арбуза нарезают небольшими ломтиками. Нектар смешивают с медом, вином, лимонным соком и поливают фруктовую массу.

Готовый салат украшают ломтиками абрикоса и подают к столу.

Салат из мандаринов и груш

Ингредиенты: мандарины – 5 шт., груши – 3 шт., киви – 2 шт., сметана – 100 г, фундук измельченный – 3 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Мандарины и киви очищают, нарезают небольшими кусочками. Груши очищают, удаляют сердцевину и нарезают ломтиками. Фрукты смешивают, добавляют орехи и заливают сметаной, взбитой с сахаром и ванилином.

Салат из южных фруктов с йогуртом

Ингредиенты: фейхоа – 200 г, финики – 100 г, йогурт сливочный – 100 г, курага – 70 г, апельсины – 2 шт., банан – 1 шт., киви – 1 шт., орехи кешью – 3 ст. ложки, сок лайма – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, сахар ванильный – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Курагу заливают горячей водой, оставляют для набухания на 30 минут, затем мелко нарезают. Фейхоа моют, нарезают кружками. Финики моют, удаляют косточки и нарезают ломтиками. Апельсины, киви и банан очищают, нарезают небольшими кусочками. Фрукты сбрызгивают лимонным соком.

Йогурт взбивают с соком лайма и ванильным сахаром, заливают фрукты и ставят в холодильник на 20–30 минут.

Охлажденный салат посыпают измельченными орехами кешью.

Салат из винограда и киви

Ингредиенты: виноград зеленый – 200 г, творог – 200 г, вишня – 70 г, сливки – 70 мл, киви – 3 шт., орехи грецкие измельченные – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки. Киви очищают, нарезают небольшими кусочками. Творог растирают со сливками, сахаром и ванилином, аккуратно смешивают с виноградом, киви, измельченными орехами и ставят в холодильник на 20 минут. В это время вишню моют, удаляют косточки.

Охлажденный салат украшают вишней и подают к столу.

Салат из кураги с мандаринами

Ингредиенты: курага – 200 г, ядра грецких орехов – 100 г, молоко сгущенное – 150 г, сливки – 100 мл, мандарины – 2 шт., сахар – 3 ст. ложки, ванилин – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Курагу заливают горячей водой, оставляют для набухания на 30–40 минут, затем в каждую кладут ядро грецкого ореха. Мандарины очищают, разделяют на ломтики. Фрукты заливают сгущенным молоком и ставят в холодильник на 2 часа. Сливки взбивают с сахаром и ванилином до образования крепкой пены.

Охлажденный салат украшают взбитыми сливками.

Салат из ананасов с виноградом

Ингредиенты: ананасы – 200 г, виноград – 200 г, яблоки – 6 шт., сок лайма – 150 мл, сахар – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Мякоть ананасов нарезают кубиками. Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки.

Яблоки очищают от кожуры и семян, заливают небольшим количеством воды, варят до мягкости, затем протирают через сито. В охлажденную массу вливают сок лайма, добавляют сахар и перемешивают. Полученным соусом заливают фрукты и подают к столу.

Салат грушевый с малиной и ежевикой

Ингредиенты: груши – 4 шт., малина – 100 г, ежевика – 100 г, сливки – 100 мл, сахар – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 2 ч. ложки, масло сливочное – 2 ч. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Груши очищают, удаляют сердцевину, нарезают тонкими ломтиками и сбрызгивают лимонным соком. Малину и ежевику перебирают, моют.

Муку пассеруют на сливочном масле, затем постепенно вливают горячие сливки, добавляют сахар, ванилин и, медленно помешивая, варят до загустения. Готовый соус охлаждают и еще раз взбивают.

Фруктовую массу кладут в салат и поливают приготовленным соусом.

Салат из консервированных фруктов

Ингредиенты: ананасы консервированные – 200 г, творог – 200 г, абрикосы консервированные – 100 г, яблоки консервированные – 3 шт., сок яблочный – 100 мл, сливки – 100 мл, сахар – 4 ст. ложки, цедра лимонная тертая – 2 ст. ложки, бутоны гвоздики – 2 шт., корица по вкусу.

Способ приготовления

Фрукты нарезают тонкими ломтиками. Творог растирают со сливками и сахаром (2 ст. ложки) и аккуратно смешивают с фруктами.

Яблочный сок доводят до кипения, добавляют оставшийся сахар, гвоздику, корицу и варят 1–2 минуты. Затем соус охлаждают, добавляют лимонную цедру. Полученным соусом поливают фруктовый салат.

Салат из груш и винограда с ванильным кремом

Ингредиенты: груши – 4 шт., лимон – 0,5 шт., виноград – 200 г, творог – 200 г, яйца – 2 шт., сахар – 3 ст. ложки, вино белое сухое – 1 ст. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Груши очищают, удаляют сердцевину, нарезают тонкими ломтиками. Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки. Творог растирают с ванилином и сахаром (1 ст. ложка). Яйца взбивают с оставшимся сахаром, добавляют кожицу от выжатого лимона и ставят на водяную баню. Постоянно взбивая, смесь варят до загустения. Затем добавляют свежевыжатый лимонный сок, вино, удаляют лимонную корку и тщательно взбивают. Готовый соус охлаждают, добавляют творог, еще раз взбивают и смешивают с фруктами.

Салат клубничный с кокосовыми и шоколадными стружками

Ингредиенты: клубника – 200 г, цедра апельсиновая – 30 г, стружка кокосовая – 3 ст. ложки, стружка шоколадная – 3 ст. ложки, сахар – 1 ч. ложка, сливки – 70 мл, сок апельсиновый – 70 мл.

Способ приготовления

Клубнику перебирают, моют, удаляют плодоножки. Затем добавляют кокосовую стружку и тертую цедру апельсина.

Сливки взбивают с сахаром, затем с апельсиновым соком. Полученной смесью заправляют клубнику и ставят в прохладное место на 15–20 минут.

Готовый салат выкладывают в салатник, посыпают шоколадной стружкой и подают к столу.

Салат из персиков, дыни и черешни

Ингредиенты: персики – 3 шт., дыня – 300 г, черешня – 200 г, сливки взбитые – 200 г, пудра сахарная – 100 г, сок апельсиновый – 2 ст. ложки, цедра апельсиновая измельченная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Персики моют, обдают кипятком, снимают кожицу и нарезают дольками. Мякоть дыни нарезают небольшими кусочками. Черешню моют, удаляют косточки. Фрукты смешивают, посыпают сахарной пудрой, сбрызгивают апельсиновым соком и ставят в холодильник на 30–40 минут.

Готовый салат украшают взбитыми сливками и посыпают апельсиновой цедрой.

Салат из фруктов с брусничным сиропом

Ингредиенты: персики – 3 шт., бананы – 2 шт., груша – 1 шт., сливки – 100 мл, сок брусничный – 70 мл, мед – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, посыпка карамельная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Персики очищают от кожицы, удаляют косточки, мякоть нарезают ломтиками. Бананы очищают и нарезают кружками. Грушу очищают от кожицы, удаляют сердцевину и нарезают брусочками. Фрукты смешивают и поливают брусничным соком, смешанным с медом.

Готовый салат украшают взбитыми с сахаром сливками и карамельной посыпкой.

Салат фруктовый с малиновым сиропом

Ингредиенты: яблоки – 3 шт., апельсины – 3 шт., киви – 2 шт., банан – 1 шт., мороженое сливочное – 100 г, орехи грецкие – 50 г, малина – 50 г, сироп малиновый – 70 мл, ликер малиновый – 1 ч. ложка, цедра лимонная – 1 ч. ложка, сок лимонный – 1 ч. ложка, корица по вкусу.

Способ приготовления

Яблоки моют, удаляют сердцевину, нарезают дольками и сбрызгивают лимонным соком. Апельсины, банан и киви очищают и нарезают небольшими кусочками. Фрукты и ягоды смешивают, добавляют измельченные грецкие орехи.

Сливочное мороженое взбивают с малиновым сиропом, ликером, лимонной цедрой. Полученным соусом заливают фруктовую массу и ставят в холодильник на 30–40 минут.

Охлажденный салат украшают ягодами малины и посыпают корицей.

Салат фруктовый с миндальным соусом

Ингредиенты: яблоки – 3 шт., груши – 2 шт., клубника – 100 г, сметана – 100 г, сахар – 2 ст. ложки, миндаль измельченный – 1 ст. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Яблоки и груши моют, удаляют сердцевину и нарезают ломтиками. Клубнику моют, каждую ягоду разрезают на 2 части. Сметану взбивают с сахаром, миндалем, ванилином, заливают фрукты и ставят в холодильник на 30 минут.

Охлажденный салат украшают ягодами клубники.

Салат из дыни и яблок с цитрусовым соусом

Ингредиенты: дыня – 200 г, яблоки – 3 шт., сок апельсиновый – 70 мл, сок грейп-фрутовый – 70 мл, фундук измельченный – 50 г, смородина красная – 50 г, листья мяты – 3–4 шт., сахар – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, крахмал – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления

Яблоки очищают, удаляют сердцевину, нарезают тонкими дольками и сбрызгивают лимонным соком. Мякоть дыни нарезают небольшими кубиками. Фрукты смешивают, добавляют измельченный фундук. Апельсиновый и грейпфрутовый сок смешивают с сахаром, нагревают на водяной бане, вливают предварительно разведенный крахмал и варят до загустения. Соус охлаждают и заливают фрукты.

Готовый салат украшают листьями мяты и ягодами красной смородины.

Салат из винограда, ананаса и груш со сгущенным молоком

Ингредиенты: виноград – 100 г, ананасы – 100 г, груши – 3 шт., молоко сгущенное – 70 г, сметана – 70 г, миндаль измельченный – 1 ч. ложка, ванилин и корица по вкусу.

Способ приготовления

Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки. Груши моют, очищают, удаляют сердцевину и нарезают тонкими ломтиками.

Мякоть ананаса нарезают небольшими кусочками.

Сгущенное молоко и сметану смешивают, добавляют миндаль и ванилин. Полученным соусом поливают фрукты и ставят в холодильник на 20 минут.

Готовый салат посыпают корицей.

Салат яблочно-грушевый с коричным соусом

Ингредиенты: яблоки – 4 шт., груши – 3 шт., сметана – 150 г, орехи грецкие измельченные – 3 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, корица по вкусу.

Способ приготовления

Яблоки и груши очищают, удаляют сердцевину, нарезают тонкими ломтиками и сбрызгивают лимонным соком.

Сметану взбивают с сахаром и корицей. Полученным соусом заливают фрукты, предварительно смешанные с орехами.

Готовый салат посыпают корицей.

Салат ананасовый со сливами и мандаринами

Ингредиенты: ананасы – 200 г, слива – 100 г, изюм без косточек – 50 г, мандарины – 4 шт., йогурт – 100 г, творог – 100 г, шоколадная стружка – 2 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, орехи грецкие измельченные – 1 ст. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Изюм заливают горячей водой и оставляют на 30 минут для набухания. Мякоть ананаса нарезают небольшими кусочками. Мандарины очищают, делят на дольки. Сливы разрезают на 2 части, удаляют косточки. Творог растирают с сахаром, ванилином, смешивают с орехами, йогуртом и аккуратно смешивают с фруктами.

Готовый салат посыпают шоколадной стружкой.

Салат банановo-цитрусовый с винным соусом

Ингредиенты: мандарины – 3 шт., кумк-ваты – 3 шт., бананы – 2 шт., апельсины – 2 шт., грейпфрут – 1 шт., вино белое сухое – 100 мл, мед – 2 ст. ложки, цедра лимонная тертая – 1 ст. ложка, корица и гвоздика по вкусу.

Способ приготовления

Бананы очищают и нарезают кружками. Цитрусовые очищают, мандарины делят на дольки, остальные нарезают небольшими кусочками.

Вино доводят до кипения, добавляют мед, корицу, гвоздику, цедру, нагревают на водяной бане 3–5 минут, затем охлаждают. Готовым соусом заливают фрукты.

Салат фруктовый с клубничным соусом

Ингредиенты: дыня – 200 г, ежевика – 100 г, виноград – 100 г, груши – 2 шт., сливки – 150 мл, клубника – 100 г, сахар – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Мякоть дыни нарезают небольшими кубиками. Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки. Ежевику перебирают и моют. Грушу моют и очищают.

Из клубники с помощью миксера делают пюре. Сливки взбивают с сахаром и клубничным пюре до образования однородной массы. Готовым соусом заливают фрукты.

Салат из ананасов, абрикосов и чернослива

Ингредиенты: ананасы – 200 г, абрикосы – 100 г, чернослив – 100 г, молоко сгущенное – 70 г, фисташки измельченные – 50 г, брусника – 50 г, сливки – 70 мл.

Способ приготовления

Чернослив заливают горячей водой, оставляют на 30–40 минут для набухания, затем удаляют косточки, мякоть мелко нарезают. Мякоть ананасов нарезают небольшими кубиками. Абрикосы разрезают на 2 части, удаляют косточки. Сливки взбивают со сгущенным молоком.

В салатник слоями кладут ананасы, затем абрикосы, чернослив и поливают приготовленным соусом.

Сверху посыпают фисташками и украшают брусникой.

Салат фруктовый с клюквенным соусом

Ингредиенты: киви – 2 шт., папайя – 1 шт., манго – 1 шт., сок лайма – 100 мл, сахар – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Фрукты очищают (у папайи и манго удаляют косточки) и нарезают небольшими кусочками. Манго и папайю кладут в салатник.

Из мякоти киви делают пюре, смешивают его с соком лайма и сахаром. Полученным соусом поливают фрукты.

Салат из бананов, ананасов и папайи

Ингредиенты: бананы – 2 шт., папайя – 2 шт., ананасы – 100 г, йогурт – 150 г, ликер банановый – 2 ст. ложки, мед – 2 ст. ложки, фисташки измельченные – 1 ст. ложка, мята измельченная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Бананы очищают и нарезают кружками. Мякоть ананасов нарезают небольшими кусочками. Папайю очищают, удаляют косточки и нарезают тонкими ломтиками. Йогурт смешивают с мятой, ликером и медом. Полученным кремом заливают фрукты и ставят в холодильник на 1 час.

Готовый салат посыпают фисташками.

Салат из арбуза, киви и апельсинов

Ингредиенты: арбуз – 200 г, апельсины – 3 шт., киви – 2 шт., виноград без косточек – 100 г, сок апельсиновый – 100 мл, мед – 2 ст. ложки, коньяк – 1 ст. ложка, стружка кокосовая – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Мякоть арбуза нарезают небольшими кусочками. Апельсины и киви очищают, нарезают ломтиками. Виноград моют, ягоды разрезают на 2 части. Фрукты аккуратно перемешивают и кладут в салатницу.

Апельсиновый сок смешивают с медом и коньяком и поливают фрукты. Готовый салат посыпают кокосовой стружкой.

Салат фруктовый с шоколадным кремом

Ингредиенты: бананы – 2 шт., персики – 2 шт., клубника – 100 г, орехи грецкие измельченные – 70 г, сливки – 150 мл, сахар – 2 ст. ложки, шоколад тертый – 2 ст. ложки, какао порошок – 1,5 ст. ложки.

Способ приготовления

Бананы очищают и нарезают кружками. Персики очищают от кожицы, удаляют косточки и нарезают тонкими дольками. Ягоды клубники моют, каждую ягоду разрезают на 2 части. Сливки взбивают с сахаром, какао и тертым шоколадом. Полученным кремом заливают фрукты.

Готовый салат посыпают измельченными орехами.

Салат фруктовый с апельсиновым соусом

Ингредиенты: слива – 200 г, дыня – 200 г, манго – 2 шт., сок апельсиновый – 70 мл, сок лайма – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, ликер апельсиновый – 1 ст. ложка, мелисса измельченная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Сливу делят на половинки, удаляют косточки. Мякоть дыни нарезают небольшими кусочками. Манго очищают, удаляют косточки и нарезают тонкими ломтиками. Фрукты сбрызгивают соком лайма. Смешивают апельсиновый сок, ликер, сахар и измельченную мелиссу. Полученным соусом заправляют салат.

Салат фруктовый с клубничным соусом

Ингредиенты: киви – 2 шт., виноград без косточек – 100 г, дыня – 100 г, ананасы консервированные – 100 г, клубника – 100 г, сливки – 70 мл, сахар и ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Киви очищают и нарезают ломтиками, каждую ягоду винограда разрезают на 2 части (несколько ягод оставляют для украшения), мякоть дыни и ананасы мелко режут. Фрукты смешивают. Из клубники делают пюре и вместе со сливками, сахаром и ванилином взбивают миксером. Полученным соусом заливают фрукты и ставят в холодильник на 15 минут.

Охлажденный салат подают к столу, украсив ягодами винограда.

Салат из манго и хурмы с цитрусовым соусом

Ингредиенты: хурма королек – 3 шт., манго – 2 шт., мороженое сливочное – 200 г, клубника – 100 г, сок апельсиновый – 3 ст. ложки, сок лайма – 2 ст. ложки, ликер цитрусовый – 1 ст. ложка, цедра апельсиновая – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Хурму и манго моют, очищают, удаляют косточки, мякоть нарезают ломтиками. Клубнику перебирают, моют, каждую ягоду разрезают на 2 части (несколько ягод оставляют для украшения). Смешивают сок лайма с апельсиновым, добавляют ликер, апельсиновую цедру и перемешивают.

В салатник кладут мороженое, сверху фрукты в следующей последовательности: хурма, манго, клубника. Салат поливают цитрусовым соусом и ставят в холодильник на 20–30 минут.

Охлажденный салат украшают ягодами клубники.

Салат с абрикосовым соусом

Ингредиенты: дыня – 200 г, абрикосы – 200 г, виноград – 100 г, маракуйя – 1 шт., карамбола – 1 шт., лайм – 0,5 шт., вино сухое – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, мед – 1 ч. ложка, корица по вкусу.

Способ приготовления

Мякоть дыни нарезают небольшими кусочками, карамболь ломтиками. Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки. Маракуйю очищают, удаляют косточки, мякоть нарезают ломтиками. Фрукты смешивают и сбрызгивают свежевыжатым соком лайма.

Абрикосы моют, удаляют семена и делают пюре. Добавляют сахар, мед, вливают вино, перемешивают и поливают фрукты.

Готовый салат посыпают корицей и украшают ломтиками карамболы.

Салат фруктовый с мятным соусом

Ингредиенты: виноград – 200 г, ананас – 200 г, бананы – 2 шт., сметана – 100 г, фисташки – 3 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, мята измельченная – 2 ст. ложки, сок клюквенный – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Фисташки обжаривают на сухой сковороде и измельчают. Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки. Мякоть ананаса нарезают небольшими кусочками, очищенный банан – ломтиками. Сметану взбивают с сахаром, мятой, клюквенным соком, заливают фрукты, добавляют фисташки (2 ст. ложки) и ставят в прохладное место на 15–20 минут.

Охлажденный салат посыпают оставшимися фисташками.

Салат фруктовый с ягодным сиропом

Ингредиенты: слива – 4 шт., яблоки – 3 шт., груши – 2 шт., бананы – 2 шт., сметана – 100 г, сок ежевичный – 70 мл, сок малиновый – 50 мл, фундук измельченный – 4 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки, сок лимонный – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Яблоки и груши очищают от семян, нарезают тонкими ломтиками и сбрызгивают лимонным соком. Сливу разрезают на 2 части, удаляют косточки. Бананы очищают, нарезают кружками. Фрукты аккуратно смешивают, добавляют орехи. Сметану взбивают с сахаром (2 ст. ложки) и заправляют фруктовую массу. Смешивают ежевичный и малиновый соки, добавляют сахар и доводят до кипения.

Готовый салат поливают ягодным сиропом.

2. Праздничные салаты

Салат фруктовый «Радуга»

Ингредиенты: клубника – 100 г, виноград темный – 100 г, киви – 2 шт., апельсины – 2 шт., бананы – 2 шт., вино белое сухое – 2 ст. ложки, сок апельсиновый – 2 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ч. ложки, листья мяты – 3–4 шт.

Способ приготовления

Клубнику перебирают, моют, каждую ягоду разрезают на 2 части (несколько ягод оставляют для украшения).

Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки. Киви и бананы очищают и нарезают кружками. С апельсинов аккуратно по спирали срезают кожуру, затем каждую дольку очищают, мякоть нарезают кусочками.

В прозрачный салатник фрукты кладут слоями в следующем порядке: клубника, апельсины, бананы, киви, виноград. Вино смешивают с сахарной пудрой и апельсиновым соком и заправляют фруктовую массу.

Готовый салат украшают ягодами клубники, апельсиновой цедрой и листьями мяты.

Салат «Цитрусовый»

Ингредиенты: мандарины – 4 шт., апельсины – 2 шт., грейпфрут – 1 шт., сливки – 80 мл, сметана – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Мандарины и апельсины очищают и разделяют на ломтики.

Грейпфрут разделяют на дольки, каждую очищают от кожицы, мякоть нарезают кусочками.

Фрукты аккуратно смешивают. Из сливок, сметаны и сахара готовят крем и заливают им фруктовую массу.

Салат «Русская зима»

Ингредиенты: яблоки консервированные – 4 шт., черника – 200 г, клюква – 50 г, творог – 200 г, сливки – 3 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки.

Способ приготовления

Яблоки мелко нарезают, смешивают с черникой и частью клюквы и посыпают сахаром (1 ст. ложка).

Творог растирают со сливками и сахаром, смешивают с фруктовой массой и ставят в холодильник на 15 минут.

Охлажденный салат украшают оставшимися ягодами клюквы.

Салат «Цитрусовый сад»

Ингредиенты: мандарины – 3 шт., апельсины – 2 шт., грейпфрут красный – 1 шт., лайм – 1 шт., йогурт – 100 г, сахар – 4 ст. ложки.

Способ приготовления

С апельсинов срезают кожуру тонко по спирали и откладывают для украшения. Цитрусовые очищают и нарезают небольшими кусочками. Из йогурта и сахара готовят крем, заливают им фруктовую массу и ставят в холодильник на 30 минут.

Готовый салат украшают спиралями из апельсиновой кожуры.

Салат «Оранжевое лето»

Ингредиенты: яблоки – 3 шт., апельсины – 2 шт., смородина красная – 100 г, малина – 70 г, сметана – 100 г, сахар – 3 ст. ложки, семена подсолнечника – 2 ст. ложки, сок апельсиновый – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Яблоки очищают, удаляют сердцевину и нарезают ломтиками и сбрызгивают лимонным соком. Апельсины очищают, мякоть нарезают небольшими кусочками. Фрукты смешивают, добавляют смородину и малину (несколько ягод оставляют для украшения). Сметану взбивают с сахаром, апельсиновым соком и семенами подсолнечника. Полученным соусом заливают фрукты.

Готовый салат украшают ягодами малины и смородины.

Салат «Африка»

Ингредиенты: ананас – 200 г, финики – 100 г, сок маракуйи – 100 мл, молоко – 100 мл, бананы – 2 шт., киви – 2 шт., апельсин – 1 шт., стружка кокосовая – 3 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки, крахмал – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления

Финики моют, удаляют косточки, мякоть мелко нарезают.

Бананы и киви очищают, нарезают ломтиками. Мякоть ананаса нарезают небольшими кусочками. Апельсин очищают, нарезают ломтиками.

Фрукты смешивают (несколько кусочков киви и апельсина оставляют для украшения), добавляют кокосовую стружку.

Молоко доводят до кипения, добавляют сахар, крахмал, предварительно разведенный в холодной воде, и варят до загустения. Затем крем охлаждают, смешивают с соком маракуйи и заливают фрукты.

Готовый салат украшают оставшимися кусочками фруктов.

Салат «Фруктовое ассорти»

Ингредиенты: черешня – 100 г, клубника – 100 г, вино белое сухое – 100 мл, сок малиновый – 50 мл, апельсин – 1 шт., персик – 1 шт., киви – 1 шт., сахар – 2 ст. ложки, пудра сахарная – 1 ст. ложка, цедра апельсиновая тертая – 1 ст. ложка, корица по вкусу.

Способ приготовления

Черешню перебирают, моют, удаляют косточки. Клубнику моют, каждую ягоду разрезают на 2 части.

Апельсин и киви очищают и нарезают небольшими кусочками. Персик очищают, удаляют косточку, мякоть нарезают тонкими дольками. Фрукты смешивают и посыпают сахарной пудрой.

Вино доводят до кипения, добавляют цедру, сахар, корицу и нагревают на медленном огне 3–5 минут. Затем охлаждают, смешивают с малиновым соком и поливают фрукты.

Салат фруктовый «Амаретто»

Ингредиенты: клубника – 200 г, виноград без косточек – 100 г, апельсин – 1 шт., сметана – 200 г, печенье миндальное – 100 г, мороженое сливочное – 70 г, пудра сахарная – 2 ст. ложки, ликер амарет-то – 2 ст. ложки, миндаль молотый – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления

Клубнику и виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части.

Апельсин очищают, дольки нарезают небольшими кусочками. Сметану взбивают с сахарной пудрой, мороженым, молотым миндалем, ликером и частью измельченного печенья (70 г).

Полученным кремом заливают фрукты.

Готовый салат посыпают оставшимся измельченным печеньем и подают к столу.

Салат «Сластена»

Ингредиенты: клубника – 100 г, ежевика – 100 г, дыня – 100 г, апельсины – 2 шт., творог – 100 г, молоко сгущенное – 70 г, сливки – 70 мл, печенье измельченное – 3 ст. ложки, крошка шоколадная – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Клубнику и ежевику перебирают, моют. Апельсины очищают и нарезают небольшими кусочками.

Из мякоти дыни специальной ложкой вырезают шарики (для украшения).

Творог растирают со сливками и сгущенным молоком, смешивают с печеньем и фруктами.

Готовый салат украшают дынными шариками и посыпают шоколадной крошкой.

Салат «Фруктовый нектар»

Ингредиенты: клубника – 200 г, нектарины – 200 г, дыня – 100 г, лайм – 1 шт., сок абрикосовый с мякотью – 100 мл, сливки – 100 мл, сахар – 2 ст. ложки, мед – 1 ст. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Мякоть дыни нарезают небольшими кусочками, каждую ягоду клубники разрезают на 2 части (несколько ягод оставляют для украшения), у нектаринов удаляют косточки и нарезают ломтиками. Сливки взбивают с сахаром и ванилином до образования крепкой пены. Абрикосовый сок смешивают с медом и свежевыжатым соком лайма. Полученным соусом поливают фрукты.

Готовый салат украшают взбитыми сливками и ягодами клубники.

Салат «Золотая осень»

Ингредиенты: ананас – 200 г, абрикосы – 200 г, яблоки – 2 шт., апельсины – 2 шт., мандарин – 1 шт., сливки – 150 мл, сахар – 3 ст. ложки, орехи кедровые – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Мякоть ананаса нарезают небольшими кусочками. Абрикосы разрезают на 2 части, удаляют косточки. Очищенные от сердцевины яблоки нарезают тонкими дольками. Апельсины очищают, дольки нарезают небольшими кусочками. Сливки взбивают с сахаром и ванилином и смешивают с фруктами. Готовый салат украшают дольками мандарина и орехами.

Салат «Фантазия»

Ингредиенты: клубника – 200 г, фейхоа – 100 г, личи – 100 г, фисташки измельченные – 70 г, вино белое сухое – 100 мл, маракуйя – 1 шт., хурма – 1 шт., гранат – 0,5 шт., сахар – 2 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки, сок лимонный – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Клубнику протирают через сито или измельчают в блендере. В пюре добавляют сахар, лимонный сок, вино и взбивают в миксере.

Фейхоа моют, нарезают тонкими дольками. Личи, маракуйю и хурму очищают, удаляют косточки, мякоть измельчают. Фрукты смешивают, добавляют фисташки, посыпают сахарной пудрой и поливают приготовленным клубничным соусом.

Готовый салат украшают зернами граната.

Салат «Лимпопо»

Ингредиенты: бананы – 3 шт., ананасы – 200 г, папайя – 1 шт., лайм – 1 шт., апельсин – 1 шт., сок апельсиновый – 70 мл, стружка кокосовая – 4 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, пудра сахарная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Бананы и лайм очищают, нарезают кружками. Мякоть ананасов нарезают небольшими кусочками. Папайю очищают, удаляют косточки, мякоть нарезают ломтиками. Фрукты смешивают, добавляют кокосовую стружку и посыпают сахарной пудрой.

Апельсин очищают, дольки очищают от пленок, измельчают, добавляют апельсиновый сок, сахар и перемешивают. Полученным соусом поливают фрукты.

Салат «Фламинго»

Ингредиенты: вишня – 200 г, творог – 200 г, малина – 100 г, фундук измельченный – 100 г, сливки – 100 мл, сахар – 4 ст. ложки, сок вишневый – 4 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Вишни моют, удаляют косточки. Творог растирают с сахаром (2 ст. ложки), вишневым соком (2 ст. ложки), аккуратно смешивают с вишней, малиной и фундуком. Сливки взбивают с ванилином, оставшимся сахаром, вишневым соком.

Готовый салат украшают взбитыми сливками и подают к столу.

Салат «Жар-птица»

Ингредиенты: мандарины – 4 шт., грейпфрут красный – 1 шт., мороженое – 200 г, брусника – 50 г, вино фруктовое —100 мл, коньяк – 1 ст. ложка, стружка шоколадная – 2 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки, миндаль молотый – 1 ч. ложка, бутон гвоздики – 1 шт., корица по вкусу.

Способ приготовления

Для приготовления соуса вино доводят до кипения на водяной бане, добавляют сахарную пудру (1 ст. ложка), гвоздику, корицу, миндаль и варят 1–2 минуты. Затем добавляют коньяк и охлаждают. Мандарины и грейпфрут очищают, делят на дольки, очищают их от пленок, мякоть нарезают небольшими кусочками. Фрукты смешивают, добавляют бруснику и посыпают оставшейся сахарной пудрой.

В салатник на дно кладут нарезанное кусочками мороженое, сверху фруктовую массу и поливают приготовленным соусом. Готовый салат посыпают шоколадной стружкой.

Салат «Пчелка»

Ингредиенты: мороженое – 200 г, шоколад тертый – 150 г, малина черная – 100 г, слива – 100 г, сок апельсиновый – 100 мл, апельсин – 1 шт., манго – 1 шт., лайм – 1 шт., сахар – 1–2 ст. ложки, листья мелиссы измельченные – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Манго и апельсин очищают, у манго удаляют косточку, мякоть мелко нарезают. Сливу разрезают на 2 части, удаляют косточки, мякоть нарезают небольшими ломтиками. Из лайма выжимают сок, смешивают его с апельсиновым, добавляют сахар. В прозрачный салатник кладут мороженое, смешанное с тертым шоколадом и измельченной мелиссой. Сверху слоями кладут нарезанные фрукты и ягоды в следующей последовательности: сливы, апельсины, черная малина, манго.

Готовый салат поливают приготовленным соусом.

Салат «Аленький цветочек»

Ингредиенты: клубника крупная – 400 г, творог – 200 г, абрикосы – 100 г, сливки – 100 мл, курага – 50 г, изюм без косточек – 50 г, киви – 3 шт., сахар – 2–3 ст. ложки, пудра сахарная – 3 ст. ложки, сметана – 3 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Курагу и изюм по отдельности заливают горячей водой, оставляют до набухания, затем курагу измельчают. Киви очищают, мелко нарезают. Творог растирают с сахаром и сметаной, добавляют курагу, изюм, киви и кладут в плоский салатник.

Клубнику (200 г) перебирают, моют, затем каждую ягоду разрезают на 4 части. Абрикосы разрезают на 2 части, удаляют косточки.

Из оставшейся клубники делают пюре, смешивают его со сливками, взбитыми с сахарной пудрой и ванилином.

На творог кладут клубнику, имитируя цветочные лепестки, а в центре – абрикосы (сердцевина цветка). Готовый салат оформляют взбитыми с клубникой сливками.

Салат «Оазис»

Ингредиенты: бананы – 2 шт., виноград зеленый – 100 г, киви – 2 шт., грейпфрут красный – 1 шт., апельсины – 2 шт., орехи грецкие – 50 г, шоколад тертый – 50 г, сок апельсиновый – 100 мл, стружка кокосовая – 3 ст. ложки, сок лайма – 3 ст. ложки, пудра сахарная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Бананы очищают, нарезают кружками. Виноград моют, каждую ягоду разрезают на 2 части, удаляют косточки.

Киви очищают, нарезают тонкими дольками. Грейпфрут и апельсины очищают, делят на дольки, снимают с них пленку, мякоть мелко нарезают.

Апельсиновый сок смешивают с апельсиновой мякотью, добавляют сахарную пудру, сок лайма и взбивают миксером.

На плоский салатник кладут слой киви, на него слоями нарезанные фрукты в следующем порядке: в центре грейпфрут, по краям виноград и бананы.

Готовый салат посыпают кокосовой стружкой, орехами, шоколадом и поливают приготовленным апельсиновым соусом.

Салат «Антарктида»

Ингредиенты: мороженое сливочное – 200 г, слива – 100 г, черника – 100 г, брусника – 100 г, орехи грецкие измельченные – 50 г, сливки – 100 мл, сироп черничный – 4 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки, стружка кокосовая – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Сливу разрезают на 2 части, удаляют косточки, мякоть мелко нарезают. Чернику и бруснику перебирают, моют, смешивают со сливой и мороженым.

Сливки взбивают с сахарной пудрой, ванилином и черничным сиропом. Затем взбитыми сливками украшают салат, посыпают его коксовой стружкой и орехами.

Салат «Орхидея»

Ингредиенты: ананасы – 200 г, нектарины – 200 г, ежевика – 100 г, хурма – 1 шт., сливки – 200 мл, пудра сахарная – 3 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Мякоть ананаса мелко нарезают. Нектарины разрезают на 2 части, удаляют косточки. Хурму очищают, удаляют косточки, мякоть нарезают ломтиками. Фрукты смешивают, добавляют ежевику и украшают сливками, взбитыми с ванилином и сахарной пудрой.

Салат «Колибри»

Ингредиенты: клубника – 200 г, виноград зеленый без косточек – 100 г, киви – 3 шт., папайя – 1 шт., лайм – 1 шт., творог – 100 г, сливки – 150 мл, пудра сахарная – 3 ст. ложки, орехи кедровые – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Папайю очищают от кожуры и косточек, мякоть нарезают небольшими кусочками. Ягоды клубники и винограда разрезают на 2 части. Киви очищают и нарезают тонкими ломтиками. Сливки взбивают с творогом, сахарной пудрой и ванилином. Полученную массу кладут в плоский салатник. Сверху кладут нарезанные фрукты в следующем порядке (слева направо):

клубника, виноград, папайя, киви. Сверху салат поливают свежевыжатым соком лайма и посыпают кедровыми орехами.

Салат «Хвост павлина»

Ингредиенты: банан – 1 шт., киви – 1 шт., клубника – 100 г, мороженое сливочное – 100 г.

Способ приготовления

Киви очищают и нарезают полукружьями. Ягоды клубники нарезают дольками.

Банан очищают, разрезают вдоль на 3 части, немного не доводя до одного конца, и слегка раздвигают в стороны в виде хвоста павлина. Между получившимися слоями кладут, чередуя, киви, клубнику и поливают взбитым мороженым.

Салат «Летний вечер»

Ингредиенты: абрикосы – 200 г, малина – 100 г, сок гранатовый – 100 мл, груши – 2 шт., хурма – 1 шт., апельсин – 1 шт., гранат – 0,5 шт., орехи грецкие измельченные – 3 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Абрикосы делят на половинки, удаляют косточки. Груши очищают, удаляют сердцевину, нарезают дольками. Хурму разрезают на 2 части, удаляют косточки, мякоть мелко нарезают. Апельсин очищают и делят на дольки. Фрукты смешивают, посыпают сахарной пудрой и поливают гранатовым соком. Добавляют малину и гранат.

Готовый салат посыпают грецкими орехами и подают к столу.

Салат «Фруктовый праздник»

Ингредиенты: виноград – 200 г, дыня – 100 г, слива – 100 г, земляника – 100 г, мандарины – 3 шт., сливки – 200 мл, пудра сахарная – 3 ст. ложки, фисташки измельченные – 2 ст. ложки, посыпка карамельная в виде звездочек – 1 ст. ложка, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Виноград и сливу моют, разрезают на 2 части, удаляют косточки. Мякоть дыни нарезают кубиками. Мандарины очищают, делят на дольки. Фрукты смешивают, добавляют землянику, фисташки и поливают сливками, взбитыми с сахарной пудрой и ванилином.

Готовый салат украшают карамельной посыпкой.

Салат «Северная сказка»

Ингредиенты: творог – 200 г, черника – 200 г, брусника – 100 г, земляника – 100 г, клюква – 50 г, сливки – 100 мл, яблоки – 2 шт., сахар – 2 ст. ложки, орехи кедровые – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Яблоки очищают от кожицы и сердцевины и нарезают дольками. Творог растирают с сахаром, ванилином и сливками и смешивают с яблоками, черникой, брусникой и земляникой.

Готовый салат украшают клюквой и посыпают кедровыми орехами.

Салат «Солнышко»

Ингредиенты: апельсины – 2 шт., мандарины – 2 шт., манго – 1 шт., ананас – 100 г, дыня – 100 г, сок ананасовый – 150 мл, сахар – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Апельсины и мандарины очищают, делят на дольки. Манго очищают, удаляют косточку, мякоть нарезают небольшими кубиками.

Из ананаса и дыни в блендере готовят пюре, смешивают его с ананасовым соком и сахаром. Приготовленным соусом поливают фрукты.

Салат «Белые ночи»

Ингредиенты: творог – 200 г, виноград без косточек – 100 г, черника – 100 г, смородина красная – 100 г, изюм без косточек – 50 г, печенье измельченное – 50 г, сливки – 150 мл, пудра сахарная – 3 ст. ложки, сметана – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, шоколад тертый – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Изюм заливают горячей водой и оставляют до набухания на 30–40 минут. Виноград моют, ягоды нарезают кружками, смешивают с черникой и смородиной. Сливки взбивают с сахарной пудрой и ванилином.

Творог растирают со сметаной, сахаром, затем смешивают с изюмом, измельченным печеньем и кладут в салатник. Сверху помещают фруктовую массу. Готовый салат украшают взбитыми сливками и посыпают тертым шоколадом.

Салат «Северное сияние»

Ингредиенты: мороженое – 200 г, клубника – 100 г, черника – 100 г, малина – 100 г, виноград темный без косточек – 100 г, абрикосы – 100 г, киви – 1 шт., шоколад тертый – 4 ст. ложки, фундук измельченный – 3 ст. ложки.

Способ приготовления

Абрикосы делят на половинки, удаляют косточки. Ягоды клубники и винограда нарезают кружками. Киви очищают, мелко нарезают.

На плоский салатник кладут фрукты слоями в следующем порядке (слева направо): клубника, киви, малина, черника, абрикосы, виноград. Затем салат поливают взбитым мороженным, посыпают орехами и тертым шоколадом.

Салат «Тропиканка»

Ингредиенты: мороженое шоколадное – 200 г, ананасы – 100 г, апельсины – 3 шт., бананы – 2 шт., киви – 2 шт., маракуйя – 1 шт., сок лайма свежевыжатый – 100 мл, карамбола – 1 шт., пудра сахарная – 1 ст. ложка, ликер фруктовый – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Мякоть ананаса нарезают кубиками. Апельсины, бананы и киви очищают, нарезают небольшими кусочками. Карамболу нарезают ломтиками. Маракуйю очищают, удаляют косточки, мякоть измельчают в блендере. Полученное пюре смешивают с соком лайма, добавляют ликер и перемешивают.

В салатник кладут шоколадное мороженое, сверху нарезанные фрукты. Готовый салат поливают приготовленным соусом и украшают звездочками карамболы.

Салат «Лазурный берег»

Ингредиенты: виноград темный и зеленый – по 100 г, шоколад тертый – 70 г, орехи грецкие измельченные – 50 г, груша – 2 шт., апельсины – 2 шт., сливки – 200 мл, миндаль сладкий молотый – 2 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки, крахмал – 1 ч. ложка, миндаль горький молотый – ? ч. ложки.

Способ приготовления

Сливки доводят до кипения на водяной бане, добавляют миндаль, сахар и варят 3–5 минут, затем процеживают. После этого на водяной бане опять доводят до кипения, вливают предварительно разведенный крахмал и варят до загустения. Ягоды винограда разрезают на 2 части, удаляют косточки. Груши очищают от кожицы и сердцевины и нарезают дольками. Апельсины очищают и делят на дольки.

Фрукты кладут в высокий салатник и поливают охлажденным миндальным соусом. Готовый салат посыпают орехами и шоколадом.

Салат «Сиреневый туман»

Ингредиенты: виноград без косточек – 200 г, слива – 100 г, черника – 100 г, малина – 100 г, яблоки – 3 шт., сок черничный – 80 мл, йогурт сливочный – 100 г, пудра сахарная – 1 ст. ложка, шоколад тертый – 2 ст. ложки.

Способ приготовления

Сливу разрезают на 2 части, удаляют косточки. Яблоки очищают от кожицы и сердцевины и нарезают дольками. Виноград нарезают кружками, смешивают с малиной, черникой, сливами, яблоками и посыпают сахарной пудрой. Йогурт смешивают с черничным соком и поливают фрукты.

Готовый салат посыпают тертым шоколадом.

Салат «Царский»

Ингредиенты: мороженое – 200 г, ананасы – 200 г, клубника – 200 г, орехи кедровые – 70 г, печенье измельченное – 70 г, изюм без косточек – 50 г, хурма – 1 шт., грейпфрут красный – 1 шт., гранат – 0,5 шт., сироп гранатовый – 2 ст. ложки, коньяк – 1 ст. ложка.

Способ приготовления

Мякоть ананаса нарезают кубиками. Хурму очищают, удаляют косточки, мякоть нарезают небольшими кусочками. Грейпфрут очищают от кожуры, дольки от пленок, мякоть измельчают. Фрукты кладут в широкий салатник.

Изюм заливают горячей водой и оставляют до набухания. Затем смешивают его с мороженым, добавляют измельченное печенье, клубнику, кедровые орехи и взбивают миксером. Полученной массой заливают фрукты и ставят в холодильник на 40 минут. Готовый салат поливают гранатовым сиропом, смешанным с коньяком и украшают зернами граната.

Салат «Восточная сказка»

Ингредиенты: творог – 200 г, клубника – 200 г, виноград без косточек – 100 г, фейхоа – 100 г, сливки – 150 мл, апельсины – 2 шт., хурма – 1 шт., вино сухое – 4 ст. ложки, орехи грецкие измельченные – 4 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки, корица и ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Виноград и фейхоа нарезают кружками. Хурму очищают, удаляют косточки, мякоть нарезают ломтиками. Из апельсинов выжимают сок, добавляют в него сахарную пудру и вино.

Творог растирают со сливками (100 мл), сахаром (2 ст. ложки) и ванилином. Клубнику моют, несколько ягод оставляют для украшения, из остальных готовят пюре. Добавляют в него оставшийся сахар, сливки и взбивают до образований пышной пенообразной массы.

В креманку кладут сначала творожную массу, потом клубничное пюре, затем фрукты и поливают апельсиновым соусом. Готовый салат посыпают корицей и грецкими орехами.

Салат «Сюрприз»

Ингредиенты: творог – 150 г, малина – 100 г, смородина черная – 100 г, мандарины – 3 шт., киви – 2 шт., персики – 2 шт., бананы – 2 шт., сливки – 150 мл, пудра сахарная – 3 ст. ложки, сметана – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Бананы очищают и измельчают в блендере. Творог растирают с сахаром, сметаной, затем смешивают с банановым пюре и ставят в холодильник на 40 минут.

Мандарины и киви очищают, мякоть нарезают небольшими кусочками. Персики очищают, удаляют косточки, мякоть нарезают дольками. Фрукты смешивают, добавляют малину и смородину. Сливки взбивают с сахарной пудрой и ванилином до образования пышной пенообразной массы.

В широкий салатник кладут 1/3 фруктов, на них в центре горкой помещают творожную массу, которую засыпают оставшимися фруктами. Затем салат украшают взбитыми сливками.

Салат «Тутти-фрутти»

Ингредиенты: вишня – 100 г, йогурт – 100 г, персики – 2 шт., апельсин – 1 шт., киви – 1 шт., груша – 1 шт., пудра сахарная – 1 ст. ложка, миндаль – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Вишню перебирают, удаляют косточки. Персики очищают от кожицы, удаляют косточки, мякоть нарезают ломтиками. Апельсин и киви очищают, нарезают небольшими кусочками.

Очищенную от кожуры и сердцевины грушу нарезают дольками. Фрукты кладут в салатник и посыпают сахарной пудрой.

Йогурт смешивают с молотым миндалем и заправляют салат.

Салат «Марокко»

Ингредиенты: ананасы – 200 г, черешня – 100 г, сливки – 100 мл, бананы – 2 шт., апельсины – 2 шт., хурма – 1 шт., сметана – 2 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки, фисташки измельченные – 2 ст. ложки, кофе молотый – 1 ч. ложка.

Способ приготовления

Мякоть ананасов нарезают небольшими кусочками. Бананы и апельсины очищают, нарезают дольками. Хурму очищают, удаляют косточки, мякоть нарезают ломтиками. Черешню перебирают, удаляют косточки. Фрукты смешивают, добавляют фисташки и заправляют сметаной, взбитой с сахарной пудрой (1 ст. ложка).

Готовый салат украшают сливками, взбитыми с оставшейся сахарной пудрой и кофе.

Салат «Амазонка»

Ингредиенты: мороженое шоколадное – 200 г, маракуйя – 2 шт., бананы – 2 шт., манго – 1 шт., лайм – 1 шт., апельсины – 2 шт., сливки – 200 мл, желтки яичные – 3 шт., какао порошок – 3 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки, ром – 2 ст. ложки, корица по вкусу.

Способ приготовления

Бананы очищают, нарезают кружками. Манго очищают, удаляют косточку, мякоть нарезают ломтиками. Половину одного апельсина натирают на мелкой терке, остальные фрукты очищают, дольки крупно нарезают. Маракуйю очищают, удаляют косточки, сбрызгивают соком полвины лайма и измельчают в блендере. Сливки взбивают с желтками и сахаром, затем варят на водяной бане до загустения, постоянно помешивая.

Сливочную массу охлаждают, добавляют ром, корицу, какао, сок половины лайма и взбивают миксером. В салатник кладут мороженое, затем пюре из маракуйи и фрукты. Готовый салат поливают кремом и ставят в холодильник на 1 час.

Салат «Карнавал»

Ингредиенты: клубника – 200 г, ежевика – 100 г, сливки – 150 мл, сахар – 2 ст. ложки, ванилин по вкусу.

Способ приготовления

Клубнику и ежевику измельчают в блендере, затем добавляют сливки, сахар, ванилин и взбивают миксером.